Nr. 18. Cena 70 gr.



MŁODA MATKA





A. v. Dyck.

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE.

ROK III. Nr. 18

MŁODA · MATKA

DWUTYGODNIK · POŚWIĘCONY · ZDROWIU I · WYCHOWANIU · DZIECKA · DO · LAT · SIEDMIU

POPIERANY · PRZEZ · POLSKIE · TOWARZYSTWO · PEDJATRYCZNE

DRUGI ZESZYT WRZEŚNIOWY 1929 R.

TREŚĆ NUMERU: O stanach przygnębienia u dzieci — *Dr. S. Popowski.* Refleksje z gór — *Dr. M. Gromski.* Z higjeny macierzyństwa — *Dr. J. Smiarowska.* O podcinaniu języka — *Dr. P. Baumryter.* Kilka słów o nocniczku dla dzieci — *Dr. Z. Glińska.* Matka jako psycholog — *Janina Dylińska.* Kształcenie słuchu dzieci w wieku przedszkolnym — *Ryta Gnus.* Odpowiedzi na listy rodziców. Bilans prasy polskiej po 200 latach. Zmiana rozkładu lotów.

OCHRONKA TRAMWAJOWA W POZNANIU



UMYWALNIA, KTÓRA MOŻE SŁUŻYĆ ZA WZÓR DLA INNYCH PRZEDSZKOLI.

O stanach przygnębienia u dzieci

Typową cechą zdrowego dziecka jest jego pogoda ducha i ruchliwość. Dziecko normalne winno interesować się otoczeniem i przyjmować żywy udział w otaczającem go życiu. Często jednak widujemy dzieci o ponurym wyglądzie, unikające jakby gwaru życia, obawiające się zdawoloby się wszelkiego większego wysiłku. Zabawa je szybko męczy, zapał szybko opada.

Powyższe stany przygnębienia są przezywane często stanami przejściowego rozdrażnienia, uwidaczniającego się w napadach płaczu, bezpodstawnego podniecenia psychicznego.

Przypomnijmy sobie chociażby dzieci wielkomiejskie w miesiącach zimowych, szereg tych dzieci przypomina raczej małych starców, niż pełne radości życia dzieci.

Te stany często występują wraz z innemi objawami, szczególnie zaś często idą one w parze ze złym wyglądem dziecka, brakiem łaknienia, częstemi bólami głowy, z uczuciem ogólnego osłabienia. Zaniepokojeni rodzice zwracają się do lekarza o poradę. W niektórych przypadkach powyższe stany rzeczywiście mogą być spowodowane jakąś istotną chorobą dziecka. Zastosowanie więc odpowiedniego leczenia może usunąć wszystkie powyższe dolegliwości oraz spowodować zasadniczą zmianę w usposobieniu dziecka. Tak ogólnie jest znana ospałość psychiczna dzieci cierpiących na przerost wyrośli adenoidalnych, przygnębienie dzieci cierpiących na zołzy i t. d. i t. d. Podobne stany mogą być spowodowane również szeregiem chorób przewlekłych, jak cierpienia nerek, miedniczek nerkowych, gruźlica i inne.

Pomijam jednak powyższe cierpienia. Często widujemy dzieci, przy badaniu, których lekarz nie jest w stanie wykryć jakiegoś określonego cierpienia, podawane lekarstwa mające na celu „wzmocnienie dziecka" nie dają również pożądanego długotrwałego wyniku. W tych tak częstych przypadkach przyczynę tych stanów należy szukać w warunkach bytu dziecka w jego trybie życia, w jego otoczeniu. Porada lekarska tu mało pomaga, rodzice winni poddać kontroli tryb życia dziecka, winni poddać kontroli stosunek swój do niego.

Nie będę tu mówił o konieczności dostarczenia dziecku należytych warunków higjenicznych, o konieczności częstych spacerów, o higjenie snu, ubrania i odżywiania dziecka. Tematy te już szereg razy były poruszane w poprzednich zeszytach „Młodej Matki". Chcę tylko poruszyć parę zjawisk często napotykanych w nawet pozornie kulturalnych środowiskach.

Jednem z tych zjawisk, mogących załamać wprost normalny psychiczny rozwój dziecka, jest wybujała o pew-

nem histerycznem zabarwieniu troskliwość o zdrowie dziecka. Często widujemy matki, które chodzą od jednego lekarza do drugiego, z jednego ambulatorjum do drugiego „doszukując się w dziecku choroby". Pomimo oświadczenia szeregu lekarzy, że dziecko jest właściwie zdrowe i że przy racjonalnem prowadzeniu go winno ono zupełnie normalnie rozwijać się, obawa przed chorobą dziecka nie opuszcza matkę. Co chwila są rzucane pytania i okrzyki „co ci jest?", „jak on wygląda!", „jaki on jest blady" i t. d. Dziecko wzrasta w stałej atmosferze niepokoju, w poczuciu swej małej wartościowości. Powyższe może wytworzyć w dziecku stan przewlekłego przygnębienia, może być zaczątkiem przyszłej neurastenji. Tem bardziej, że w ślad za tem idzie zazwyczaj cały szereg zakazów dotyczących dalszych spacerów, biegania, ograniczenie pobytu na powietrzu przy najmniejszem zachmurzeniu lub deszczu.

Również do zjawisk często napotykanych a działających deprymująco na dzieci jest stale dramatyzowanie przez otoczenie najbłahszych rzeczy. Dziecko stłukło szklankę, złamało zabawkę, upadło przy bieganiu, rozpoczyna się potok wymówek wypowiadanych głosem podniesionym lub nawet krzykiem, trwa to zazwyczaj przez dłuższy czas, niewspółmiernie długo do wyrządzonej straty. To samo powtarza się przy każdej innej okoliczności; dziecko stale pozostaje w atmosferze krzyku, niezadowolenia i rozgoryczenia.



Radość życia.

Na porządku dziennym są również „dramaty" z powodu braku łaknienia dziecka. Widuje się dzieci o zupełnie normalnem łaknieniu, które według mniemania otoczenia za mało jadają. Każda więc odmowa zjedzenia jeszcze jednej łyżki zupy wywołuje szereg próśb a często pogróżek ze strony otoczenia. To tyranizowanie dziecka doprowadza często do tego, że dziecko już na myśl o jedzeniu odczuwa nieprzeparty wstręt do każdego posiłku. Powstaje nowy dramat, nowe żale, nowe skargi.

Jeszcze jedną z przyczyn, która może spowodować stan przewlekłego przygnębienia u dziecka, jest obecność chorego osobnika w domu. Stałe wysłuchiwanie narzekań, skarg i ubolewań może również pociągnąć za sobą stan psychicznego zmęczenia dziecka. Często nawet widujemy dzieci, które zaczynają uskarżać się na te same dolegliwości, skargi na które niejednokrotnie słyszały w domu. Małe dziecko potrafi uskarżać

się na bóle w krzyżu, bóle serca, wątroby, jak to słyszy z ust matki, ojca lub ciotki. Dziecko winno być chronione przed stałemi skargami i narzekaniami, w jego obecności nie można stale o tem rozprawiać, o ile nie chcemy zakłócić normalnego jego rozwoju.

Nie mam bynajmniej zamiaru omawiać tu licznych błędów w wychowaniu dziecka, które również mogą spowodować stany przygnębienia. Chciałem tylko wskazać na te zjawiska, z któremi spotykamy się my jako lekarze, a o które często załamują się nasze usiłowania, mające na celu poprawienie ogólnego stanu dziecka.

Jeszcze należy powiedzieć tu parę słów o przejściowych stanach osłabienia i psychicznego przygnębienia dzieci przy stosowaniu zbyt forsownego „hartowania". Nie licząc się z indywidualnemi właściwościami dziecka, stosuje się te lub inne zabiegi wodolecznicze bez kontroli, a nawet bez porady lekarza. Podobne postępowanie u dzieci wrażliwych może wywołać wręcz przeciwny skutek. Ustrój dziecka na bodźce przekraczające sprawność jego aparatów regulacyjnych zareaguje nie wzmocnieniem się odporności lecz osłabieniem i wyczerpaniem. To samo dotyczy również i forsownego stosowania kąpieli leczniczych, kąpieli w rzece lub w morzu i naświetlania na plażach. Tylko na drodze indywidualizowania w każdym poszczególnym przypadku możemy uzyskać pożądane wyniki.

Streszczając się należy podkreślić konieczność liczenia się z siłami fizycznemi i psychicznemi dziecka; stała troskliwa opieka jest koniecznością, lecz opieka ta winna być nacechowana spokojem i równowagą psychiczną. Należy chronić dzieci przed zbędną szarzyzną życia z jej troskami, rozgoryczeniem, skargami i żalami.

Dr. S. Popowski.



Refleksje z gór

Czy dzieci mogą spędzać lato w górach? Pytanie to w stosunku do dziecka niczem się nie różni od tego samego pytania w stosunku do dorosłego. Są ludzie — dorośli, czy dzieci, dla których pobyt na wysokościach nawet podalpejskich (700 — 1000 mtr.) jest nietylko niewskazany, ale wręcz szkodliwy. Przeciwwskazaniem są ciężkie choroby wyniszczające, powodujące znaczne osłabienie organizmu, wysokiego

stopnia niedokrwistość, t. zw. niewyrównane wady serca, choroby nerek, reumatyzm stawowy i niektóre inne cierpienia. Pozatem w góry nie powinny wyjeżdżać zarówno dorośli, jak dzieci nerwowe: chociaż i pod tym względem nerwowcy różnią się bardzo od siebie i niektórzy z nich czują się właśnie najlepiej na znaczniejszych wysokościach. Dzieci wrażliwe, łatwo pobudliwe trudno przyzwyczajają się do klimatu wysokogórskiego, który przedewszystkiem źle oddziaływa na ich sen: nerwowe sypia w górach niespokojnie, budzi się często i długo spać nie może.

Zresztą dzieci mniej więcej zdrowe, nieobarczone powyższemi cierpieniami z wielkim pożytkiem dla swego zdrowia mogą wyjeżdżać na lato w góry.

Wprawdzie klimat górski już na wysokości 800 — 1000 metrów (nasze Zakopane) wywiera dość wybitny wpływ na cały szereg czynności fizjologicznych, jak oddychanie, krążenie krwi i t. zw. przemianę materji (więc na procesy odżywiania) jednak, zasadniczo, już po kilku, względnie kilkunastu dniach organizm mniej więcej normalnego dziecka przystosowuje się do zmienionych warunków ciśnienia barometrycznego i rozrzedzonego powietrza i czuje się w nich jak najlepiej. Często zwracają uwagę na to, że bardzo wzmożona przemiana materji w górach stanowi dla dziecka pewne niebezpieczeństwo, wymaga bowiem wytężonej pracy wszystkich sił fizjologicznych organizmu i prowadzi w rezultacie do chudnięcia dziecka. Jest to mniemanie błędne, wychodzi bowiem z fałszywego założenia: nie przemiana materji absorbuje narządy oddychania i krążenia, a, przeciwnie, wzmożona, pod wpływem warunków klimatycznych, czynność płuc, serca i naczyń krwionośnych stwarza w rezultacie stan przyśpieszający ogólną przemianę materji. Stan ten istotnie prowadziłby w rezultacie do wychudzenia, gdyby nie pewna, bardzo ważna okoliczność: wzmożone łaknienie. Osobiście nie spotykałem w górach dzieci, które nie mają apetytu, nawet te, które tu w Warszawie pod przymusem wypijały rano szklaneczkę herbaty z mizerną bułeczką, w górach nie zadawalniają się dwoma kubkami mleka i kilkoma pajdami dobrze omaszczonego chleba. Ten kolosalny wprost apetyt to przeciwwaga w stosunku do wspomnianej wyżej tak bardzo wzmożonej przemiany materji i procesów odżywiania.

Nie mogę na tem miejscu przytaczać wielu dobroczynnych stron klimatu górskiego np. na narządy krwiotwórcze, na rozwój klatki piersiowej, na narządy trawienia (usuwa zaparcie), chciałbym tylko przypomnieć o cudownem działaniu słońca, które przenika na ziemię poprzez rozrzedzone warstwy powietrza nie zanieczyszczone tak, jak na nizinach i zawierające znacznie mniej pary wodnej. Stąd działanie np. t. zw. promieni pozafijołkowych jest bardziej wydatne i więcej skuteczne.

Zatem — z dzieckiem, jak powiedziałem, mniej więcej normalnem,

zupełnie śmiało jedźmy w góry: latem, a lepiej jeszcze zimą.

Ale... bo wszędzie jest jakieś „ale“ i góry je również mają.

Nie mówię o tem, że nasze góry— Karpaty czy Tatry — mogą „siąpić“*) długiemi dniami, że wówczas brak nam tego cudownego życiodajnego słońca (chociaż nawet w czasie długotrwałych deszczów dzieci korzystają z najczystszego powietrza i doskonale się hartują. To jest jedynie sprawą przypadku i następująca po długotrwałym nawet deszczu pogoda w krótkim bardzo czasie daje znacznie więcej dla zdrowia, aniżeli tygodnie pogody na nizinach.

Nie chodzi mi tutaj o pogodę, a o nadużywanie dla dzieci słońca i lekkomyślne zezwalanie nawet bardzo młodym na męczące spacery, ba, nawet wycieczki w góry.

Słońce obfituje w znacznie większą ilość promieni pozafijołkowych, które, jak wiemy wcale dla organizmu nie są obojętne. Skóra broni człowieka od nadmiaru tych promieni opalenizną. Ale nie każde dziecko opala się dostatecznie, ponieważ barwik, który powoduje to opalanie się, leży dość głęboko w skórze i niektóre organizmy posiadają go tylko bardzo niewiele. Dla tych dzieci (są to przeważnie jaśni blondyni) nadmiar słońca w górach jest szkodliwy i tylko systematyczne, powolne przyzwyczajanie zabezpieczy dziecko od szkodliwego działania górskich promieni słonecznych.

Daleko więcej niebezpieczne są spacery lub wycieczki na znaczniejsze wysokości. Kościec dziecka nie jest wykształcony do 8-u, 9-u nawet lat życia. Nie wszystkie kości uległy zupełnemu skostnieniu, nie są zatem dość solidne, ażeby bez szkody dla siebie w ciągu długich godzin utrzymywać ciężar ciała. Z drugiej strony, impulsywna, wrażliwa, ciekawa natura dziecka niejednokrotnie pozwala mu zapomnieć o zmęczeniu i za dorosłymi (najczęściej, jednak, na ich przedzie) pędzi w górę (widujemy takie obrazki bardzo często na Boczaniu po drodze do Hali Gąsienicowej), nie licząc się ani z sercem, ani z płucami, ani ze swemi nieukształtowanemi jeszcze mięśniami.

Wytrawny taternik wie dobrze, jak bardzo należy szanować serce, płuca i mięśnie; w górę posuwa się krok za krokiem, przechodząc niejednokrotnie w 2 sekundy zaledwie jeden metr. Niestety, większość tych, co jeżdżą w góry nie zdaje sobie sprawy z niebezpieczeństwa wyczerpania się dziecięcego serca, a przedewszystkiem jego słabych jeszcze mięśni. Rezultatem może być bardzo poważne zasłabnięcie, które przypisać już musimy nie górom, a lekkomyślności rodziców lub opiekunów dziecka.

Są, naturalnie, wyjątkowe natury wśród dzieci; sam znam dziewięcioletnią dziewczynkę, która od trzech lat jeździ znakomicie na nartach i nawet zimą chodzi na wycieczki narciarskie, a jej trzecioroczny braciszek przewędrował całą dolinę Białej Wody i zawędrował aż do doliny Czeskiej (ostatnią część stromego

---

*) Drobny, kilkudniowy deszcz.

progu przejechał na ramionach ojca, trzymając się jego czupryny), ale to są bardzo nieliczne wyjątki. Dzieci do lat dziewięciu nie powinny odbywać żadnych wycieczek, a spacery w górę należy ograniczyć najwyżej do jakichś 50 — 100 metrów.

Narazie te tylko powakacyjne refleksje. Na wiosnę, jak nadejdzie znowu miły czas wyjazdów „na lato", postaramy się dać więcej informacyj, jakiej opieki wymaga dziecko w górach.

Dr. M. Gromski.



Z higjeny macierzyństwa

Bardzo często kobiety, będące w ciąży, zwracają się do lekarza z zapytaniem, czy mogą się kąpać, czy ciepłe, zimne, rzeczne, morskie lub słoneczne kąpiele im nie zaszkodzą; czy wyjeżdżające do miejscowości kuracyjnych np. z choremi dziećmi mogą także korzystać z solankowych lub siarczanych kąpieli...

Na wszystkie powyższe zapytania trudno odpowiadać ogólnikowo, gdyż przeważnie trzeba stosować poradę indywidualnie.

W żadnym razie kąpiele ciepłe, nieprzekraczające 28° R. = 35° C. stosowane nie dłużej nad 10 minut, zaszkodzić nie mogą, lecz nawet są wskazane dla prawidłowej przemiany materji w tym okresie i wogóle dla czystości. Kąpiele takie powinno się brać na jakie 2 godziny przed posiłkiem, a częstość ich zależy od przyzwyczajenia — można choćby codziennie, najrzadziej zaś — raz w tygodniu.

Obmywania całego ciała pokojową wodą latem, letnią w zimowej porze — są bardzo zalecane, gdy kąpieli ogólnych stosować nie można; obmywania takie wzmagają elastyczność tkanek, pobudzają obieg krwi i głębsze oddychanie. Obmywania robić należy szybko (1 — 2 min.) i zawsze na ciepłe ciało — najlepiej rano zaraz po wstaniu z łóżka.

Kąpiele zimne rzeczne można stosować w dni upalne dla orzeźwienia podczas pobytu na wsi w porze wieczorowej, kiedy woda jest najcieplejszą i bardzo krótko (2 min.) i o ile prąd rzeki nie jest zbyt silny.

Kąpiele morskie nie są zalecane z powodu niskiej temperatury wody i bałwanów, bijących czasami z niezwykłą siłą; nawet w pierwszych ty-

godniach ciąży nie radzę się kąpać w morzu.

Kąpiele słoneczne można stosować krótko i nie podczas wielkich upałów.

Kąpiele mineralne można stosować, o ile stan zdrowia tego wymaga, np. w wypadkach silnego reumatyzmu, w dolegliwościach przemiany materji, lecz zawsze lepiej zasięgnąć porady lekarza, nie ordynować sobie samej, z możliwie najniższą temperaturą i najkrócej (do 10 min.). Kąpiele, wymagające wysokiej temperatury, błotne i kwaso-węglowe (gazowe), (zwiększające ciśnienie naczyń) są przeciwwskazane.

Wogóle najstaranniejsza czystość w tym czasie zarówno całego ciała, jak i jego poszczególnych części — jest pierwszorzędnego znaczenia dla ogólnego dobrego samopoczucia w tym okresie macierzyństwa.,

Dr. J. Śmiarowska.



O podcinaniu języka

W szeregu mylnych pojęć szeroko rozpowszechnionych wśród matek różnych nawet sfer społecznych obawa przed „przyrośniętym językiem" u dziecka jest zjawiskiem dość częstem. Niemal każda matka uważa za swój rodzicielski obowiązek zapytać choć raz swego domowego lekarza, czy aby języczek nie jest przyrośnięty.

Kwestja „przyrośniętego języczka" najczęściej podnoszona jest przez doświadczone ciotki i babki, które z całem przekonaniem wierzą, iż szereg dolegliwości spostrzeganych u niemowlęcia mija po podcięciu języczka. Niemożność schwytania brodawki, częste wypuszczanie brodawki, powolne i niedostateczne ssanie, zachłystywanie się, opóźniona mowa i jej nieprawidłowość — oto szereg objawów, które mają być niewątpliwemi rzekomo dowodami „przyrośnięcia" języka. Przyjrzyjmy się jego budowie anatomicznej; co pozwoli na właściwe ujęcie istoty rzeczy.

Język jest narządem złożonym z szeregu włókien mięsnych krzyżujących się między sobą. Dzięki temu posiada on niemałą siłę i bardzo dużą ruchliwość. Śluzówka, cienka błonka wyściełająca jamę ustną z szczęki dolnej przechodzi ku dołowi, wyściela t. zw. dno jamy ustnej, następnie zaś przechodzi ku podstawie języka, tworząc na dolnej jego powierzchni

w linji środkowej fałd zwany wędzidełkiem. Fałd ten powstały z dwóch warstw błony śluzowej nie zawiera włókien mięsnych jest przeto bardzo cienki i rozciągliwy.

Mięsień języka jest dostatecznie silny, aby przez stałe naciąganie doprowadzić wędzidełko do długości nieograniczającej jego ruchów.

. Można śmiało, bez obawy o przesadę powiedzieć, że na 100 podciętych języczków — 99 operowano zbytecznie.

Użyłem tu wyrazu „operowano“ rozmyślnie, żeby zwrócić uwagę na to, czem powinien być zabieg przecięcia zbyt grubego i krótkiego wędzidełka. W praktyce, niestety, dzieje się inaczej. W większości przypadków operatorem jest felczer, lub akuszerka. Niepowołane ręce wyrządzić mogą dziecku niepowetowaną krzywdę. Nie zawsze przytem czystość jest dostatecznie przestrzeganą.

Prawdziwem wskazaniem do podcięcia języczka jest bardzo krótkie i zgrubiałe wędzidełko. W przypadkach, gdy jest ono jedynie krótkie, nie należy śpieszyć z zabiegiem. W większości przypadków cienki, podatny fałd śluzówki powoli wydłuża się dzięki pociąganiu przez ruchy języka. Jedynie niepodatne, zgrubiałe wędzidełko może przedstawiać przeszkodę dla ruchów języka i ograniczać je.

W tych wyjątkowych, bardzo rzadkich przypadkach nadcięcie wędzidełka przez chirurga staje się niezbędne.

Dr. P. Baumryter.

Kilka słów o nocniczku dla dzieci

Nierzadko spotykamy się z faktem, że dziecko oddaje mocz i kał pod siebie. Jeżeli zaczniemy szukać, co jest przyczyną, że dziecko na swój wiek dostatecznie rozwinięte nie zawiadamia otoczenia o swej potrzebie, to okaże się, że w wielu przypadkach przyczyną jest brak nocniczka w domu, w innych zaś niewygodny nocniczek. Co rozumiem przez słowo niewygodny, powiem niżej.



Musimy pamiętać o tem, że nocniczek dla dziecka jest niezbędny.



Nocniczek i na letnisku spełnia swe przeznaczenie.

Wiele matek może się będzie dziwić, że sprawę tę poruszamy, może nawet nie wyobrażając sobie domu, gdzie są dzieci, bez nocniczka. A jednak tak jest, są liczne domy, zwłaszcza na wsi, gdzie nocniczek nie jest używany, a tem samem uważany za zbędny.

Jeżeli sobie wyobrazimy dom na wsi, gdzie brak nocniczka, a także ubikacji i dziecko musi w każdym wypadku wychodzić na dwór, często do daleko położonej wygódki, to zrozumiemy, że woli ono nie zawiadamiać o swoich potrzebach, a oddaje mocz i kał pod siebie.

Nauczyć dziecko korzystania z nocniczka jest pewną pracą. Rozpoczynać ją należy dopiero wówczas, gdy dziecko siedzi dobrze o własnych siłach. Wcześniejsze sadzanie na nocniczku i podtrzymywanie dziecka nie ma celu — czyli przyzwyczajając dziecko do samodzielnego siedzenia na nocniczku należy dopiero w drugim roku życia.

Dziecko, w tym okresie życia, zdaje już sobie sprawę, co jest dla niego przyjemnem. Niechętnie też siada na nocniczku, który sprawia mu pewną przykrość. A więc musi on mieć określoną wielkość.

Wyobraźmy sobie nocniczek za duży, dziecko, które już na nim siedziało, siada ponownie ze strachem, mając uczucie, że gdzieś wpada. Są również trudności ze wstawaniem z takiego nocnika. Ile wysiłku musi zużyć dziecko aby, że się tak wyrażę, wygrzebać ze zbyt obszernego nocniczka.

A co będzie jeżeli nocniczek jest za mały i do tego ma wypukłe brzegi, dziecko niedość, że niepewnie siedzi, jeszcze brzeg wpija się w ciałko.

Tak samo co do wysokości nocniczka. Nie może być ona zbyt wielka, ani zbyt mała, a musi być dopasowana do wzrostu dziecka. Nie możemy jednak wymagać, aby do każdego wzrostu był osobny wymiar nocniczka, bowiem do pewnego stopnia różnicę regulują nóżki dziecka, zginające się mniej lub więcej. Jednakże nocniczki muszą być wyższe od ogólnie używanych. Wysokość ich powinna wynosić tyle, mniej więcej, ile wynosi długość podudzi.

Znamy różne kształty nocniczków. Najbardziej polecenia godnym jest nocnik równy o brzegach prostopadle ustawionych do ścian. Ma on tę przewagę nad nocniczkami o wypukłym brzegu, że, jak już wyżej wspomniałam, nie wpija się w po-

śladki dziecka. Dziecko siedzi na nim, jak na równym stoleczku.

Znając już wygląd nocniczka, przejdziemy kolejno do innych jego właściwości, a mianowicie, z czego on ma być zrobiony!

Dla utrzymania czystości najlepszy byłby oczywiście porcelanowy, lub szklany. Dają się one łatwo myć, nie ulegają łatwo działaniu rozkładającego się moczu czy kału.

Jednak z tego względu, że takie nocniczki łatwo mogą ulec stłuczeniu, a są drogie, musimy korzystać z nocniczków emaljowanych. Mają one tę zaletę, że są lekkie, tak, że dziecko nieco starsze może samo wyjąć je szafki lub wziąć z miejsca, gdzie stale stoi, co jest trudniejsze przy porcelanowych ze względu na ich wagę.

Utrzymanie nocniczka emaljowanego w czystości też nie przedstawia trudności. Musimy tylko pamiętać, że po każdym oddanym przez dziecko moczu, nocniczek musi być starannie wypłókany wodą, a najmniej raz dziennie, zwłaszcza po kale, umyty wodą z mydłem lub sodą. Nocniczek tak utrzymany nie będzie wydawał niemiłej woni, która powstaje z rozkładu resztek moczu i kału.

Dbać też należy o całość nocniczka. W miejscach odpryśnięć emalji znacznie łatwiej osiadają resztki wydalin, trudniej je usunąć. Resztki te rozkładając się, niedość, że wydają niemiłą woń, jeszcze psują pozostałą emalję.

Na zakończenie parę słów o tem, gdzie ma stale stać nocniczek. Uważamy, że miejscem tem musi być pokój dziecka, t. j. pokój, w którym dziecko najwięcej przebywa.

Stać on może w szafce, lub też pod łóżeczkiem lub w innem wygodnem, ale stale w jednem i tem samem ściśle określonem miejscu. Miejsce stałe ma tutaj bardzo ważne znaczenie. Wiemy, że potrzeba oddania moczu czy kału u dzieci przychodzi niekiedy dość szybko, niespodziewanie, wśród najlepszej zabawy, a rozglądanie i poszukiwanie nocniczka może spowodować „katastrofę“. Stałe, określone miejsce zapobiega podobnym sytuacjom.

Dr. Z. Glińska.

Matka jako psycholog

Młode matki „właścicielki“ mniej lub więcej rozkosznych malców roztaczających w otoczeniu ten najpiękniejszy czar młodziutkiego, niefrasobliwego istnienia — ulegają nieraz silnie urokowi tej sielanki z okresu pierwszych lat życia dziecka, w którym matka i dziecko stanowią tak zwartą harmonijną całość, jaką — w olbrzymiej większości wypadków — potem nie stanowią nigdy. Chciałyby nieraz przedłużyć ten czarujący, a krótki okres czasu, w którym uśmiech dziecka spływa w uśmiech matki, ja-

ko dar najpiękniejszy, bezradność pierwszych kroków życiowych znajduje oparcie w silnych ramionach matczynych, a duma pierwszych doświadczeń rozkwita w słońcu dumy macierzyńskiej.

Uprawiając z zapałem wraz z dzieckiem, wesołą „zabawę w życie“, same bawiąc się przytem w najciaśniejszem tego słowa znaczeniu — matki zapominają często o czasie, w którym nieraz poza ich świadomością odbywa się odwieczna, nieubłagana funkcja rozwijania i dojrzewania.

Małe, rozkoszne bobo, czarujący dwu i trzy latek, nieświadomie dzień po dniu wyzwalające w formie zabawy i naśladownictwa swe narzędzia psychiczne dla rozwinięcia swej osobowości — zdąża do swego istotnego przeznaczenia i do zdobycia niezależnego, samodzielnego bytu. Zaczyna odbywać olbrzymią drogę prób, doświadczeń, walk, porażek i zwycięstw tak szybko, że pewnego dnia matka łudzona ciągle formą rozkosznej zabawy, zostaje poza nawiasem tego przybierającego coraz bardziej na sile procesu rozwojowego psychiki dziecka.

Ono bawiąc się, naśladując wszystko i wszystkich, tworzy przyszłe wartości potrzebne do samodzielnego życia. Tymczasem większość matek, hołdując mocno przestarzałemu poglądowi, że zabawa jest formą ujścia nagromadzonej w dziecku energji życia, która wyładowuje się bezustannie w bezcelowych zajęciach dziecinnych — dzięki temu fałszywemu mniemaniu przeocza rozpoczęcie się tego doniosłego procesu rozwojowego, gubi wątek pierwszych dorobków psychicznych dziecka, nie nawiązuje kontaktu osobistego z szeregiem ważnych rozwojowych momentów, kolejno biegnących w przyszłość — i pewnego dnia zostaje sama, porzucona nie jako przez dzieci, które już nie chcą być dłużej tylko zabawkami w rękach matek. Ten moment uświadomienia, zerwania pierwszego kontaktu z dzieckiem, spotykałam często w powszechnem powiedzeniu: „ach czemu te dzieci tak szybko rosną“.

Sedno zagadnienia stosunku dziecka do matki i naodwrót, według mnie, leży już w tej pierwszej epoce życia dziecka, której poświęcamy najmniej uwagi, sądząc, że w tym okresie dziecko jest tylko małem zwierzątkiem rozwijającem się w myśl utartych reguł fizjologicznych, a dopiero „gdy trochę podrośnie“, powołujemy w niem władze psychiczne do działania.

Musimy stanąć na stanowisku współczesnej psychologji dziecka, które pięknie ujmuje sławny badacz duszy dziecięcej profesor genewski E. Claparède, mówiąc: że dziecko nie jest dlatego dzieckiem, że brak mu doświadczenia, ale dlatego, że odczuwa naturalną potrzebę nabycia go“, a „charakteryzuje typ dziecięcy nie to, że dziecko nie wie wielu rzeczy, ale, że pragnie wiedzieć więcej i stać się czemś więcej“. (Dr. E. Claparède — Psychologie de l'enfant — Neuchâtel 1924).

Zaspokajając tę instyktowną potrzebę stawania się dorosłym, dzie-

cko już w 1 roku życia puszcza w ruch swój mechanizm psychiczny, rozprzestrzeniając coraz bardziej ośrodki jego działania przez kolejne doskonalenie narządów i rozwój dyspozycyj.

Gdzie jest w tym czasie matka? Bawi się z dzieckiem — a nie rozumie często celu i treści tej „zabawy", zapobiega chorobom i niedomaganiom fizycznym, widząc w tym okresie swoje zadanie tylko w wychowaniu fizycznem, — a nie zauważa donios'ych zjawisk psychicznych, sygnalizujących rozpoczęcie zwycięskiego pochodu dziecka w przyszłość. Traktuje dziecko jako bezwładny przedmiot, oddany pieczy dojrzałego doświadczenia — a nie kroczy obok niego, przeistoczona w drugie dziecinne „ja" stawiające pierwsze kroki w podboju otaczającej je rzeczywistości.

Nie śmieje się razem z tego samego powodu co ono i często okazuje pobłażliwą uprzejmość wobec „takich dziecinnych" powiedzeń, gestów etc. — będących nieraz moralną zdobyczą, wydartą z trudem kartą z niezrozumiałej jeszcze, ogromnej księgi życia. Uległa niejako temu fizycznemu czarowi, jakie roztacza zdrowe, wesołe dziecko, przepojona macierzyńskim egoizmem posiadania— zapomina, że z chwilą przejścia tego najtrudniejszego okresu przystosowania się do życia, związanego niemal fizycznie z osobą matki, dziecko wkracza w okres następny, w którym właściwie nie należy do matki, a należy do samego siebie. Jest tylko pozornie, z najbardziej materjalistycznego punktu widzenia, jej najdroższą własnością, a faktycznie staje się do pewnego stopnia samodzielną, choć mocno jeszcze niedoskonałą istotą, zdążającą do własnego celu.

Nie popełniam żadnej nielogiczności nazywając samodzielnem, często fizycznie jeszcze niedołężne istnienie 2, 3 i t. d. letniego dziecka — ponieważ, z chwilą ujawnienia procesów psychicznych tego, tak młodziutkiego jeszcze ustroju, musimy sobie zdać sprawę, że w granicach odnośnego wieku i odnośnego większego lub mniejszego stopnia rozwoju fizycznego odbywa się zupełnie samodzielnie, choć podświadomie podbój otaczającej dziecko rzeczywistości.

Owej samodzielności zdobywania pierwszych doświadczeń nie neguje zupełnie ani opieka, ani — zresztą względna — pomoc otoczenia.

Z tą wyżej wspomnianą chwilą otwarcia dróg duchowego działania w duszy dziecka — rozpocząć się powinna psychologiczna działalność matki. Działalność ta powoduje nawiązanie ściślejszego współżycia dziecka z matką, oraz jest tym mostem przerzuconym z czasu rozkosznej sielanki we dwoje, obejmującego najbardziej niedołężny okres życia dziecka do lat 2, do okresu następnego, w którym matka razem z dzieckiem wkroczyć powinna w dziedzinę twórczości psychicznej i poznawać na nowo życie oczyma i rączkami swego dziecka; zwiąże się przez to węzłem najściślejszym z malutką duszyczką i czuwać może odpowie-

dzialnie nad samodzielnym rozwojem nowej indywidualności.

Na czem więc polegać ma owa działalność psychologiczna matki? Rozwinąć pragnę to zagadnienie w całej serji artykułów, wskazując kolejno na momenty rozwojowe psychiki dziecka, w których wystąpić powinna działalność matki, jako czynność obserwowania, stwierdzania, towarzyszenia, oświetlania, podejmowania, podtrzymywania, podniecania i hamowania. Każda z tych czynności z osobna i wszystkie razem wymagają pewnych kwalifikacyj, które omawiam poniżej, ujmuję zaś je z punktu widzenia jak najbardziej praktycznego i ogółem dostępnego, opierając się jednak na badaniach naukowych, jako na tych najpoważniejszych wartościach, na których powinniśmy budować wszystkie nasze poczynania.

Każda rozumnie pomyślana działalność, szczególnie zaś na terenie psychiki dziecka wymaga następujących zasadniczych warunków: 1) inteligencji, 2) umiejętności taktownego i subtelnego postępowania, 3) zasadniczej znajomości przedmiotu, na którym lub dla którego odbywa się działanie i ewentualnie znajomość środków pomocnych w działaniu.

W danym wypadku będzie to znajomość psychiki dziecka, zasadnicze wiadomości z okresu rozwoju funkcjonalnego oraz znajomość metod postępowania zapomocą prób psychologicznych.

Janina Dylińska.

(D. c. n.).



Kształcenie słuchu dzieci w wieku przedszkolnym

(Dokończenie).

Jednym z warunków zachęcenia dzieci do tych ćwiczeń piosenkowych jest muzykalność, wyraz, życie, z jakiemi osoba, prowadząca te ćwiczenia, odtwarzać będzie te najprostsze zdania i melodje. A więc zaśpiewać powinna rytmicznie, żywo i z doskonałą wymową. Doniosłe znaczenie ma to już w samym początku, gdyż dzieci wszystko starają się naślado-

wać, i w ten sposób stwarza się podłoże do dalszej bardziej świadomej ekspresji.

Czasem doprawdy powstrzymywałam się od śmiechu, widząc jak niektóre dzieci z mojego kompletu z wielkiem namarszczeniem wpatrywały się we mnie i zupełnie tak samo układały wargi przy śpiewie, jak ja, chociaż wcale im tego nie kazałam robić.

Potrzebę dobrej wymowy w śpiewie można im tak uzasadnić: „Musicie bardzo wyraźnie wymawiać śpiewając, tak jak ja to robię (pokazuje się). A wiecie dlaczego? nieraz się trafi, że trzeba będzie zaśpiewać komuś, co nie zna waszych piosenek. Jeżeli niewyraźnie będziecie wymawiali, nie zrozumie wierszyka, i piosenka nie podoba mu się“.

Te ćwiczenia głosowo-słuchowe niekoniecznie należy robić za każdym razem, można je przeplatać zwykłemi piosenkami i innym rodzajem ćwiczeń, o czem jeszcze będzie mowa w następnym artykule.

Chodzi o to; by dzieci nie nużyły się i zawsze chętnie szły na śpiew; stąd, obok powtarzania piosenek, już dobrze umianych, wskazaną jest rozmaitość ćwiczeń umuzykalniających. Nieraz wychowawczyni zapyta przed śpiewem: „Na co dziś macie ochotę“, a potem, gdy dzieci zaczną wypowiadać swe życzenia, podsunie im układanie piosenek. Bywa jednak, co także wypraktykowałam, że dziatwa, która już wielokrotnie robiła takie ćwiczenia, sama powie: „Chcemy układać piosenki“. Innym razem można przygotować sobie zawczasu kilka zdań śpiewanych i wykonać je wszystkie odrazu, proponując dzieciom, by wybrały to, które im się najwięcej podoba.

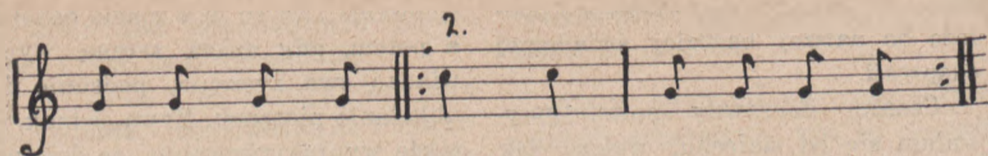
W taki sam sposób, jak wyżej można doskonale pracować i z jednem dzieckiem; jeżeli nauczycielka czy wychowawczyni żywo, barwnie poprowadzi umuzykalnienie, dziecko z pewnością będzie je lubiło.

Parę lat temu pracowałam z dziewczynką siedmioletnią; oprócz ćwiczeń powyższych, przerabiałam z nią wiele innych sposobem zabawowym (dowiedzą się panie o nich z dalszych artykułów). Robiła wszystko nadzwyczaj chętnie, a gdy kiedyś z powodu choroby musiała poleżeć kilka dni, martwiła się ogromnie, że lekcję opuści.

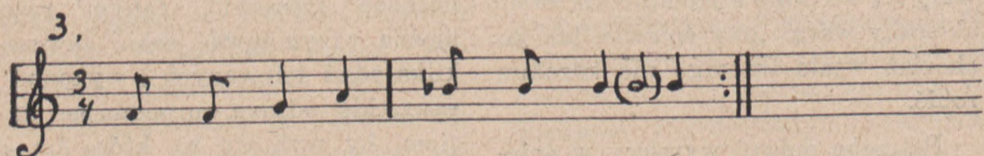
Te ćwiczenia piosenkowe, przy których wciąga się dzieci do współpracy, oprócz specjalnego, mają jeszcze i to bardzo ważne znaczenie ogólne, że pobudzają inicjatywę twórczą.

WZÓR ĆWICZEŃ GŁOSOWO-SŁUCHOWYCH

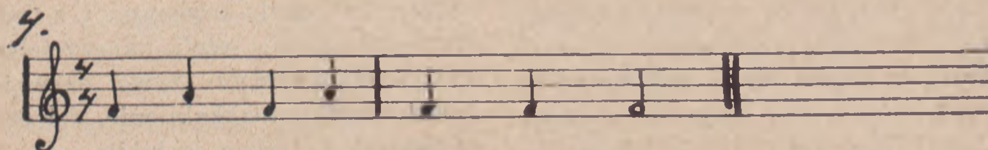
Mam pi-łe-czkę, mam czer-wo-ną, gdy pod-rzu-cę



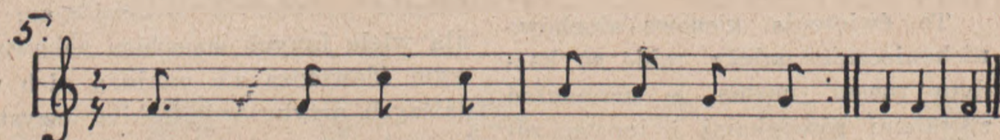
za - wsze zła - pię. Hop hop na ko - ni - ku!
je - dzie Staś i Ka - zio.



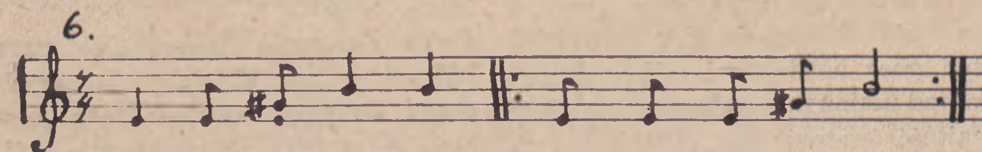
Do ma - zu - ra, do ma - zu - ra!
gra mu - zy - ka, gło - śno gra.



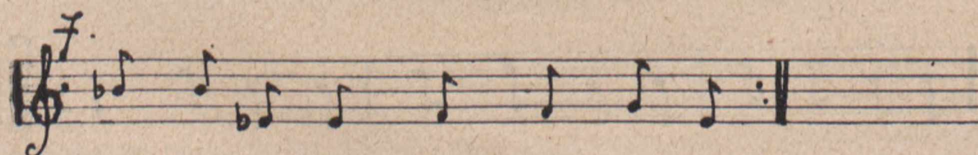
Ko - tek wo - ła: miau - miau miau,
o śnia - da - nie pro - si nas.



W śnież - ki dziś się za - ba - wi - my Hej - że - ha!
i bał - wa - na po - sta - wi - my.

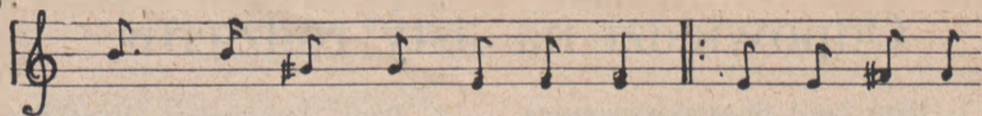


Pę - dzi sa - mo - chód, trąb - ka gło - śno gra,
tra ta ta ta ta.

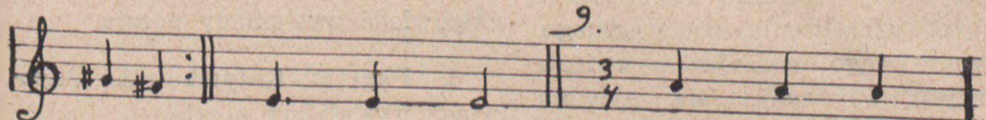


Mam o - gró - dek, mam za - gon - ki,
sa - dzę kwiat - ki i ja - rzyn - ki.

8.



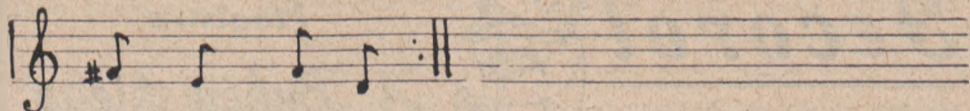
Już dzwo - ne - czek wo - ła nas! Sta - niem wszy - scy
pój - dziem ró - wnym



w pa - ry,
kro - kiem. Raz dwa trzy! Nasz bu - rek
z dzieć - mi się



pie - sek ko - cha - ny, Je - stem sto - larz
we - so - ło bawi. ro - bię stoł - ki



do - sko - na - ły
i sto - li - ki.

Podług wzorów powyższych można układać przeróżne kombinacje tekstów i melodyj, zresztą dzieci same podsuną pomysły. Te proste ćwiczenia ogromnie zachęcają dziatwę do śpiewu, dlatego, że widzi ona niemal odrazu rezultat: piosenka nie może być powtórzona dokładnie i nauczona w tej, choćby dzielenie jej na części parotaktowe nie sprawi dzieciom zadowolenia, ale parę taktów, powtórzą po paru razach.

Podaję tu rzecz wypraktykowaną, gdyż w mojej pracy te sposoby oddały mi cenne usługi. Te same melodyjki, nawet jeszcze krótsze, jednotaktowe, można śpiewać z dziećmi starszemi ze zgłoską la albo mi.

Ryta Gnus.

Odpowiedzi na listy rodziców

1. **Pani Zofji Banaszkiewiczowej.** Nie widząc dzieci Pani, trudno nam jest zabierać decydujący głos w sprawie wysypki na ciele. Sądząc z opisu, mamy wrażenie, że wysypka ta jest pochodzenia artretycznego. Leczenie tego rodzaju wykwitów skórnych sprowadza się głównie do leczenia djetetycznego. Pożywienie dziecka musi być mieszane, zawierać najwyżej 1½ szklanki mleka na dobę, nie może być zbyt tłuste, zupy mało solne, przyczem nacisk należy kłaść na dostateczną ilość jarzyn i owoców.

2. **Pani Aleksandrze Marcinkiewiczowej.** Odpowiedź na pocztówkę z dn. 22.VIII b. r. wysłaliśmy pocztą.

3. **Panu Józefowi Czyżewskiemu.** Odpowiedź wysłaliśmy pocztą.

4. **Pani M. Kołyszkowej.** Odpowiedź wysłaliśmy pocztą.

5. **Pani Hance Dorniokowej.** Odpowiedź wysłaliśmy pocztą.

6. **Pani Leokadji Kaszyńskiej.** Waga 8800 gr. Pani 13-miesięcznej córeczki jest za malą.

Z chwilą, gdy dziecko będzie zdrowe, należy stopniowo odstawiać od piersi.

W chwili obecnej djeta Basi powinna wyglądać w sposób następujący. Jedzenie 4 × na dobę, co 4 godziny.

Na śniadanie: kakao na mleku, kawa zbożowa, lub też bawarka z sucharkiem, bądź też buleczka rozmoczona, o ile dziecko nie ma zębów, a więc gryźć nie może.

Na obiad: zupy jarzynowe, rosół z kaszką, zupy owocowe. Zupy zasypane kaszką lub zaprawione mąką, aby były dość gęste. Jako drugie danie dziecko dostać może kompot, kisiel, lub galaretkę z owocowych soków, w ilości do 10 łyżeczek od herbaty.

Na podwieczorek: połowę tego co na śniadanie oraz owoce.

Na kolacje: kaszka manna, krakowska lub tapioka na mleku.

Poszczególne porcje jedzenia 200 do 250 gr.

Ilość mleka na dobę nie więcej jak 500 gr.

7. **Pani B. Jakubowskiej.** Należy pamiętać, że karmienie piersią jest najracjonalniejsze i najlepsze dla dziecka. Dokarmianie mieszankami stoi na dalszem miejscu i stosowanem być może tylko w razie rzeczywistego braku naturalnego pokarmu.

Aby dziecko nie odzwyczaić od ssania piersi, trzeba je dokarmiać łyżeczką. Dziecko, otrzymujące pożywienie z butelki, zazwyczaj w krótkim czasie przestaje ssać pierś. Zależy to przeważnie od tego, że przy ssaniu smoczka, zwlaszcza z dużym otworem, dziecko otrzymuje jedzenie bez żadnego wysiłku.

8. **Pani C. C.** 2-letni synek Pani powinien jadać 4 × na dobę. Djeta jego powinna zawierać mleko w ilości 500 gr. na dobę, kaszki, rosołek, wszelkie zupy, różne jarzyny, pieczywo oraz mięso białe 2 do 3 razy na tydzień w ilości 1 — 1½ łyżki stołowej. Jajka można dziecku dawać, ale w niewielkiej ilości — tylko tyle, ile potrzeba do poszczególnych potraw.

Co do mowy synka Pani — to zdarza się, że dzieci zaczynają mówić dopiero w 3-im roku życia, radzimy jednak Pani zwrócić się w tej sprawie do specjalisty.



BILANS PRASY POLSKIEJ PO 200 LATACH

W roku bieżącym minęły dwa wieki nieprzerwanej pracy polskiej na niwie prasy. Wobec tego nietylko specjaliści, ale cały ogół inteligentny interesuje się w tej chwili żywiej zagadnieniami rozwoju prasy i szuka źródłowo opracowanych wydawnictw, przedstawiających całokształt naszego dorobku na tem polu. A nadmienić tutaj musimy niestety, że nasza literatura o prasie jest bardzo uboga, brak dotychczas naprzykład zupełnie, szeroko zakrojonego dzieła, któreby przedstawiło źródłowo historyczny rozwój prasy polskiej.

Tem większą usługę oddają więc społeczeństwu Katalogi Prasowe Para, których rocznik I. ukazał się już w roku 1921 jako „Pierwszy Polski Spis Gazet i Czasopism". W tych dniach natomiast ukazał się rocznik V. wspomnianego Katalogu, ulepszony znacznie tak pod względem wyglądu zewnętrznego i pod względem treści.

Katalog cały podzielony jest na 9 części— w zeszłym roku 7 — i poprzedzony jest obszernym wstępem. W zwięzłym zarysie zaznajamia tutaj Katalog czytelnika z historją prasy w Polsce niepodległej. Uwypukla się przytem bardzo silnie nierozerwalny związek historji prasy naszej z dziejami myśli politycznej narodu, której upadek stanowił o upadku prasy, a wzlot i rozwój zawsze był bardzo silną podnietą na polu wydawnictwa prasowego. Wstęp Katalogu zawiera poza tem oświetlenie zagadnienia reklamy w prasie, stwierdzając, że właśnie ten rodzaj reklamy uważać należy jako najskuteczniejszy. Omawia przytem szereg kwestyj z praktyki ogłoszeniowej, podając pod tym względem wskazówki bardzo cenne dla poszczególnych gałęzi naszego życia gospodarczego. Oprócz tego znajdujemy na wstępie także jeszcze spis rzeczy w językach polskim, angielskim, francuskim i niemieckim, co ułatwia czytelnikowi orjentację i umożliwia także obcokrajowcom korzystanie z Katalogu.

Część pierwsza Katalogu zawiera wykaz wszystkich pism w Polsce (razem 1821) i to oświatowych, politycznych i społecznych, tak polskich jak obcojęzycznych. Znajdujemy tutaj dane tyczące tendencji pisma, wysokości nakładu, cen ogłoszeń, ilości łamów, szerokości, rozmiarów, stron

druku, wysokości przedpłaty, daty założenia, nazwiska naczelnego redaktora i wydawcy etc. Wykaz podzielony jest według województw. Na podstawie tych danych stwierdzamy, że ilość czasopism polskich utrzymuje się mniej więcej w jednym poziomie. Wzrasta natomiast ilość czytelników, co przyczynia się niewątpliwie do wewnętrznej konsolidacji wydawnictw.

Część druga Katalogu Prasowego zawiera spis pism polskich wychodzących zagranicą (razem 167). Na czele kroczą już od lat dziesiątek Stany Zjednoczone Ameryki Północnej z 88 wydawnictwami, a poza tem reprezentowane są: Ameryka Południowa, Belgja, Chiny, Czechosłowacja, Francja, Litwa, Łotwa, Niemcy, Rumunja i Rosja Sowiecka. Wśród miast zagranicznych większemi ośrodkami prasy polskiej są: Chicago, Cieszyn Czeski i Paryż.

W trzeciej części Katalogu umieszczony jest spis kalendarzowy książkowych i kieszonkowych wychodzących w Polsce, podając bliższe dane do formatu ich, wydawcy, cen ogłoszeń etc. Wobec wielkiej poczytności kalendarzy tych w szerokich sferach ludności polskiej, a mianowicie robotniczej i włościańskiej dział ten niewątpliwie zasługuje na baczną uwagę sfer zainteresowanych.

Część czwarta zawiera wykaz alfabetyczny czasopism, kalendarzy i gazet i ułatwia tem samem bardzo znacznie orjentację w Katalogu samym. Następna część natomiast podaje wykaz miast ponad 3000 mieszkańców i liczebnie mniejszych, o ile w danej miejscowości ukazuje się pismo, a tem samem ułatwia orjentację w regjonalnem rozmieszczeniu naszej prasy.

W następnej części umieszczono specjalny spis prasy zawodowej i sportowej, co wobec wzmagającego się w Polsce zainteresowania tym działem prasy zostanie niewątpliwie przyjęte przychylnie. Część siódma podaje spis pism obcojęzycznych w Polsce. Przytłaczającą większość posiadają pisma niemieckie następując co do ilości żydowskie a poza tem idą ukraińskie i t. d.

Część ósma zawiera spis najważniejszych pism politycznych i czasopism zawodowych zagranicznych. Wobec rozwijających się coraz bardziej naszych szans eksportowych i zacieśniających się coraz silniej węzłów międzynarodowych zestawienie choć tylko najważniejszych pism zagranicznych w Katalogu Prasowym bardzo jest pożądane, stwarzając dla sfer handlowo-przemysłowych bardzo poważny podręcznik.

Ostatnia, dziewiąta część, podaje jako dział ogłoszeń bardzo wiele ciekawych szczegółów o poszczególnych pismach, których z natury rzeczy w spisie samem zamieścić nie było można. Wszystkim bliżej zainteresowanym dział ten polecamy ku bacznej uwadze. Nadmieniamy jeszcze, że do Katalogu dołączono mapę gazetową Polski, dającą jasny pogląd na rozmieszczenie prasy naszej w poszczególnych województwach.

Całość pod względem technicznem czyni wrażenie bardzo estetyczne, a co do obfitości i planowego rozmieszczania treści zadowolić może każdego zawodowca z dziedziny prasy. Katalog nabyć można we wszystkich księgarniach, oraz centrali firmy „Par“ w Poznaniu, Aleja Marcinkowskiego 11 i w oddziałach jej w Warszawie, ul. Bracka 17, w Bydgoszczy, ul. Dworcowa 72, w Katowicach, ul. Poprzeczna 8, w Krakowie, Rynek Główny 46, we Lwowie, ul. Akademicka 14, w Toruniu, ul. Szeroka 46 i w Poznaniu filja 27, Grudnia 18.

Zmiana rozkładu lotów

Z dniem 16 b. m. wprowadzony został na polskich szlakach powietrznych jesienny rozkład lotów, według którego samoloty kursują codziennie w obu kierunkach między Warszawą i Poznaniem (do końca P. W. K. 2 razy dziennie), codziennie w obu kierunkach między Warszawą — Katowicami — Krakowem, Warszawą — Lwowem, Warszawą — Gdańskiem, Katowicami — Poznaniem, Poznaniem — Bydgoszczą — Gdańskiem; poza tem samoloty kursują co drugi dzień w obu kierunkach między Warszawą a Krakowem bezpośrednio oraz Krakowem a Wiedniem, w pozostałe zaś dni tygodnia z Warszawy do Krakowa przez Katowice, skąd dalej przez Brno do Wiednia oraz z Wiednia przez Brno do Katowic (Krakowa) i Warszawy. Między Katowicami a Krakowem kursują samoloty w obu kierunkach 2 razy dziennie.

Nowy rozkład lotów zezwala na odbycie podróży powietrznej w jednym dniu z przesiadaniem na linjach:

Kraków — Katowice — Poznań — Bydgoszcz — Gdańsk,
" " Warszawa,
" " Gdańsk,
" " Brno,
" " Wiedeń,
Lwów — Warszawa — Gdańsk,
" " Poznań,
Warszawa — Katowice — (Kraków) — Wiedeń,
lub w kierunku odwrotnym.

Warszawa, w sierpniu 1929.

Redakcja i Administracja: Górnośląska 20, tel. 401-24.
Konto P. K. O. 14555.

Cena prenumeraty „Młodej Matki": w Warszawie i na prowincji rocznie 14 zł. — półrocznie 7 zł. 40 gr. — kwartalnie zł. 3 gr. 70.

Cena ogłoszeń: wewnętrzne strony okładki: 1 strona 150 zł., ½ strony 75 zł., ¼ strony 40 zł. ostatnia strona i za tekstem o 50% drożej. Miejsca zastrzeżone o 25% drożej od cen powyższych.

Wydawca: E. Grocholska. Redaktorzy: Dr. R. Barański i W. Pełczyńska.

Drukarnia „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148.

HÉMOPLASE

LUMIÈRE



ZIARNISTY

o przyjemnym smaku czekolady bardzo chętnie przyjmowany

PRZEZ DZIECI

Nie drażni przewodu pokarmowego i jest z łatwością znoszony i przyswajany przez ustrój dziecka.

HÉMOPLASE LUMIERE JEST

ŚRODKIEM KRWIOTWÓRCZYM

otrzymanym z czerwonych ciałek krwi zwierząt zdrowych i uodpornionych na zakażenia, przewyższa działaniem wszystkie środki arseno-żelazowe i hemoglobinowe.

WSKAZANIA: Niedokrwistość i inne choroby krwi, stany wyniszczenia, schorzenia gruźliczne, rekonwalescencja, brak łaknienia i t d.

Sposób użycia: od 2 — 6 lat 1 — 2 łyżeczek od herbaty dziennie
„ 6 — 12 „ 3 — 4 „ „ „ „

W przypadkach uporczywych z niezawodnym wynikiem stosowany jest przez PP. Lekarzy.

HÉMOPLASE LUMIÈRE AMPOULES a 5 cc. ŚRÓDMIĘŚNIOWO (zastrzyki).

PRZEDSTAWICIELSTWO NA POLSKĘ

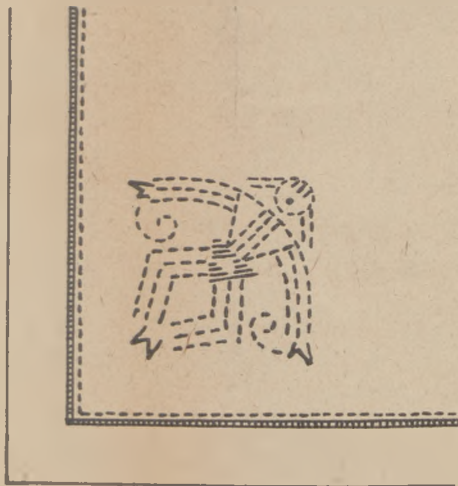
L. NASIEROWSKI
Warszawa, Piękna 62, tel. 124-39; 30-42.

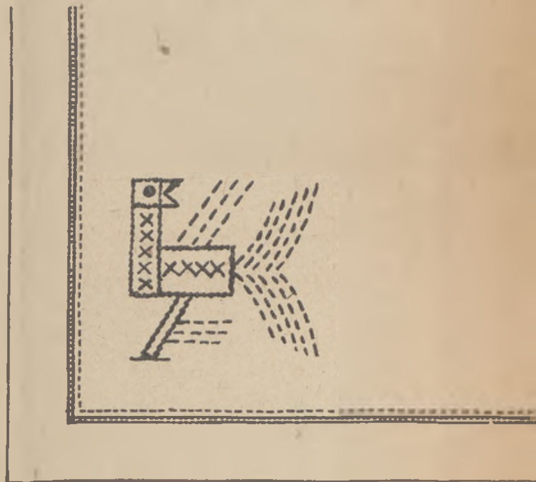
Próby bezpłatne na żądanie WPP. Lekarzy.

Drukarnia „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148.

DODATEK·DO N-ru 18 DWUTYGODNIKA·MŁODA·MATKA"
NAROŻNIKI·CHUSTECZEK·DO·NOSA.







ŚCIEG·POCZTOWY

ŚCIEGI·LUŹNE

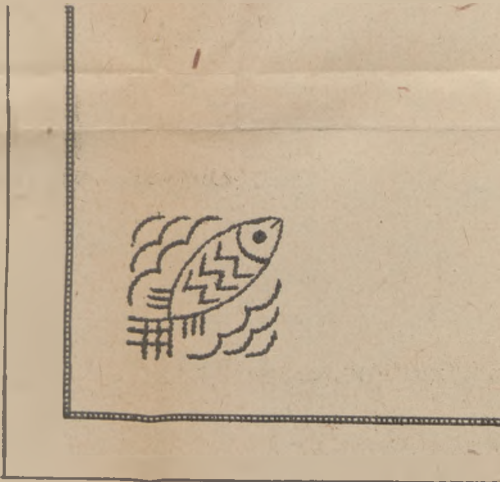
ŚCIEGI:

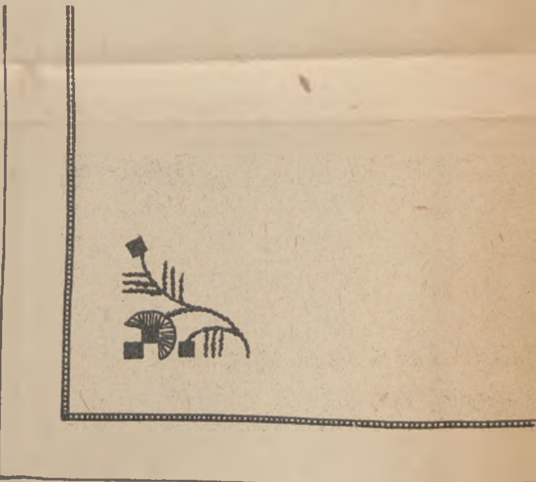
DZIERGANIE PODWÓJNE

NITKA RAZ NA WIERZCH RAZ POD SPÓD

HAFT PEŁNY



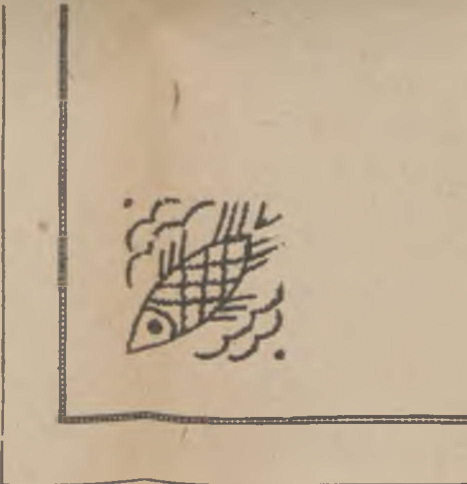


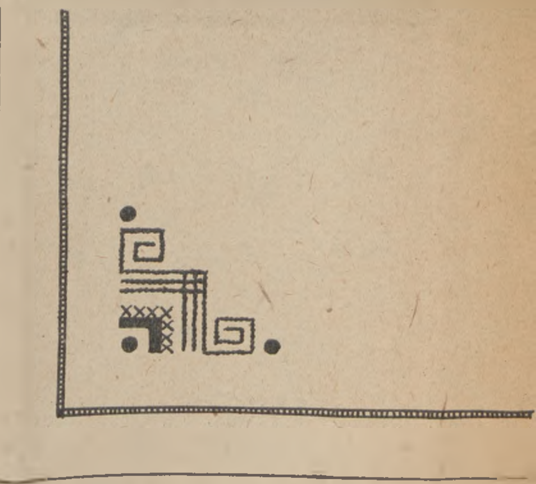


NICI C.B.

HAFT·W·JEDNYM·KOLORZE·NA·BIAŁYM·LUB·KOLOROWYM·BATYŚCIE





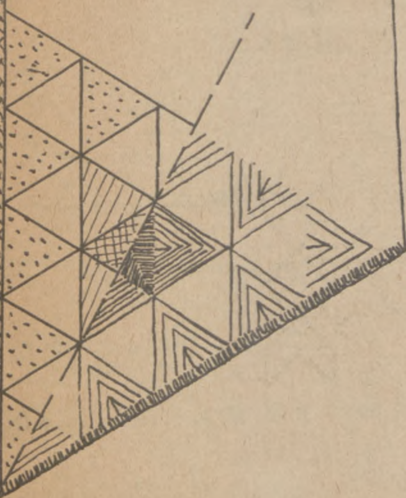


BIRTUSÓWNA ZOFJA

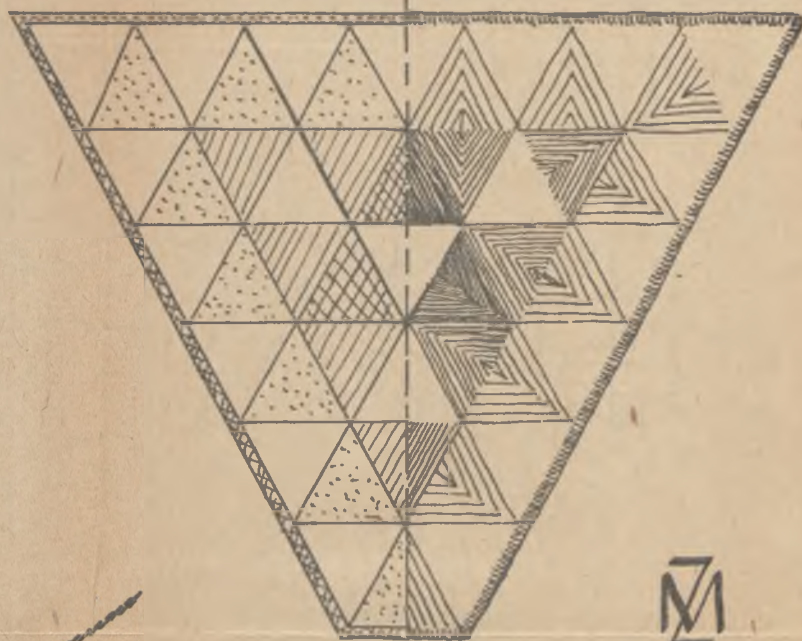
„ATELIER·TEKSTYLNE" KRAKÓW

SUKIENKA Z JASNO-NIEBIESKIEJ WEŁENKI LUB „FLORY” DLA DZIEWCZYNKI 5-7-LETNIEJ ❖

KOŁNIERZYK I KIESZONKI HAFTOWANE COTON PERLÉ C×B ❖ KLAMRA I KRAWAT WIŚNIOWE ❖ KOLORY: ▨ ZŁOCISTY N: 619 ▨ CIEMNO-NIEBIESKI N: 744 ▩ WIŚNIOWY 49.





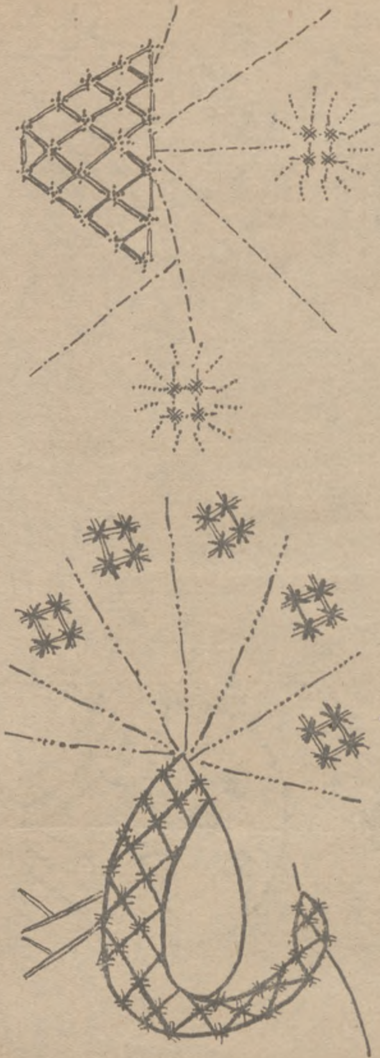






KOLORY:
▨ I ZIELONY N: 70
▩ II CZERWONY 677
ŚCIEGI ❖ COTON PERLÉ C×B ❖ TWORZĄ NA CAŁYM BERECIE KRATĘ ❖ BERE-

BERECIK ❖ APLIK Z FLORY: LUB AKSAMITU

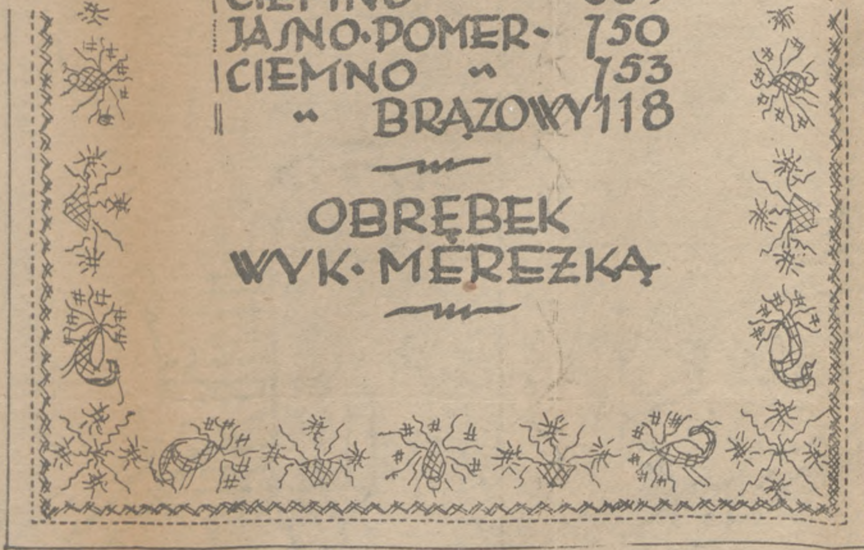


HAFT NA SZAREM PŁÓTNIE: NA SERWETY I T. P. DO POKOJU DZIECINNEGO: OZDOBNE ŚCIEGI WYK. COTON PERLÉ C.B

KOLORY:

JASNO-ZIELONY 508
CIEMNO " 509
JASNO-POMER. 750
CIEMNO " 753
" BRĄZOWY 118

OBRĘBEK WYK. MEREŻKĄ



ŁATWY HAFT NA SZAREM PŁÓTNIE

NADAJE SIĘ NA: UBRANKA DZIECINNE MAŁE SERWETKI I T. P.

KOLORY:

BAWEŁNICZKA C.B

CZERWONY N. 503
GRANATOWY " 746





DODATEK DO NRU 18 DWUTYGODNIKA „MŁODA MATKA"

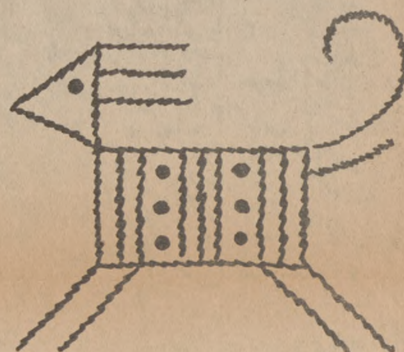
OZDOBY NA RĘCZNIKI DLA DZIECI.




NICI CB





ŚCIEG POCZTOWY • • • WĘZEŁKI DZIERGANIE XX ŚCIEGI LUŹNE HAFT PEŁNY





BIRTUSÓWNA ZOFJA

„ATELIER TEKSTYLNE" KRAKÓW.